

令和7年
学校給食4月分予定献立表



今月の目標

協力して給食の準備・後片付けをしよう

東浦町学校給食センター



たのしいちゃん
備 考
エネルギー
たんぱく質

13回 日 曜	献立名	主な材料とその働き						エネルギー たんぱく質
		赤 色をつくる		緑 色の調子を整える		黄 色を動かすエネルギーになる		
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
11 金	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		チキンナゲット 1・2年1個 3年～2個 610kcal 27.5g
	こめこハヤシライス	豚肉		にんじん トマト	玉ねぎ エリンギ にんにく	じゃがいも 砂糖		
	うのはなチキンナゲット	鶏肉 おから				でんぶん 米粉	米油	
	キャベツサラダ	まぐろ			キャベツ きゅうり 玉ねぎ とうもろこし		イタリアンドレッシング	
14 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 麦		しゅうまい 1・2年1個 3年～2個 639kcal 29.5g
	しゅうまい	豚肉			玉ねぎ	小麦粉 パン粉 でんぶん		
	マーボーとうふ	豆腐 豚肉 鶏レバー みそ		にんじん ねぎ	玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく	砂糖 でんぶん	ごま油	
	パンパンジーサラダ	鶏肉		にんじん	きゅうり キャベツ もやし		パンパンジードレッシング ごま	
15 火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		597kcal 24.1g
	いわしのしょうがに	いわし			しょうが	砂糖 でんぶん		
	にくじゃが	豚肉 さつま揚げ		にんじん	玉ねぎ こんにゃく	じゃがいも 砂糖		
	キャベツのゆかりあえ			しそ	キャベツ			
16 水	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		あじ 1・2年1個 3年～2個 580kcal 24.7g
	あじフリッター	あじ	あおさ おきあみ			小麦粉 でんぶん 砂糖 米粉		
	ごもくきんぴら	豚肉		にんじん 枝豆	れんこん ごぼう こんにゃく	砂糖	ごま油	
	かきたまじる	卵 鶏肉		にんじん こまつな	干しいたけ 玉ねぎ	でんぶん		
17 木	こがたロールパン ぎゅうにゅう		牛乳			パン		つくね 1・2年1個 3年～2個 633kcal 29.5g
	やしそば	豚肉 いか ちくわ かつお節		にんじん こまつな	キャベツ	やしそばめん	菜種油	
	レバーいりつくね	鶏肉 鶏レバー			玉ねぎ	でんぶん 米粉/パン粉 砂糖	菜種油	
	フルーツのヨーグルトあえ		ヨーグルト		黄桃 バインアップル	砂糖		
18 金	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		とりにく 1・2年1個 3年～2個 640kcal 31.8g
	てばきふうからあげ	鶏肉			にんにく	でんぶん 砂糖	米油 ごま	
	ふきとたけのこのおかかあえ	かつお節 かまぼこ			ふき たけのこ	砂糖		
	くだくさんみそじる	豚肉 油揚げ みそ		にんじん こまつな	キャベツ えのきたけ 玉ねぎ	じゃがいも		
21 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 麦		608kcal 21.9g
	こめこカレーライス	豚肉	ヨーグルト	にんじん	玉ねぎ しょうが にんにく	じゃがいも		
	オムレツのトマトソースかけ	卵		トマト	玉ねぎ	砂糖		
	まめまめサラダ	大豆 まぐろ		にんじん	枝豆 キャベツ		ごまドレッシング	
22 火	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		ししやも 1・2年1個 3年～2個 626kcal 25.0g
	ししやもフライのレモンソースかけ	ししやも			レモン	小麦粉 パン粉 砂糖	米油	
	やさいとささみのあえもの	鶏肉		にんじん こまつな	キャベツ とうもろこし	砂糖		
	さわにわん	豚肉 豆腐 油揚げ		にんじん ねぎ	大根 ごぼう 干しいたけ ねぎ			
23 水	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		633kcal 31.4g
	さわらのしょうゆマヨネーズやき	さわら					卵なしマヨネーズ	
	こおりどうふのたまごとしに	卵 凍り豆腐 鶏肉 かまぼこ		にんじん ねぎ	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ	砂糖 でんぶん		
	キャベツのこうものあえ			にんじん	キャベツ 大根漬 きゅうり		ごま	
24 木	ソフトめん ぎゅうにゅう		牛乳			ソフトめん		654kcal 25.5g
	こめこミートソース	豚肉 鶏レバー		にんじん パセリ トマト	にんにく 玉ねぎ エリンギ	砂糖		
	グリルやさいのマリネサラダ	ハム		にんじん	とうもろこし 玉ねぎ キャベツ たけのこ 枝豆		イタリアンドレッシング	
	あまなつポンチ				甘夏みかん 黄桃 ハインアップル	砂糖		
25 金	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		とりにく 1・2年1個 3年～2個 628kcal 34.2g
	とりにくのケチャップソースかけ	鶏肉					卵なしマヨネーズ	
	ポテトサラダ	ハム		にんじん	玉ねぎ きゅうり とうもろこし	じゃがいも		
	ごじる	豚肉 豆腐 油揚げ みそ 大豆 豆乳		にんじん ねぎ	大根 白菜 しめじ ねぎ			
28 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米 麦		564kcal 26.5g
	ピビンバ(にく・たまご)	豚肉 みそ 卵 鶏レバー			にんにく しょうが	砂糖		
	ピビンバ(やさい)			にんじん こまつな	もやし	砂糖	ごま	
	トックいりちゅうかスープ	鶏肉 豆腐		にんじん テンゲンサイ ねぎ	はくさい えのきたけ ねぎ	トック		
30 水	ごはん ぎゅうにゅう		牛乳			米		637kcal 31.1g
	さばのぎんがみやき	さば みそ				砂糖 米粉		
	たまねぎとわかめのわふうサラダ	まぐろ	わかめ	にんじん	玉ねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし		玉ねぎドレッシング	
	ぶたにくとだいこんのもの	豚肉 生揚げ さつま揚げ		にんじん	大根 しめじ しょうが	砂糖		

東浦町では、「食物アレルギーに関する情報」と「野菜・果物と肉類の産地情報」をホームページで公開しています。
 「東浦町学校給食センター」⇒「食物アレルギーに関する情報」⇒「詳細な献立表(アレルギー対応)」と「野菜・果物の産地情報」の順で、検索してください。

★は、業者から学校へ直接配送されます。

※ 材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

今月の愛知産は・・・


ふき


たけのこ


キャベツ


たまねぎ

きゅうり だいこん にんじん れんこん パセリ
ねぎ トマト テンゲンサイ こまつな はくさい

毎月19日は「食育の日～お家でごはんの日」

平均値	619kcal	27.9g
基準値	640kcal	26.4g